

“ LO STRETCHING: ATTUALITÀ E PROSPETTIVE ”

Quinto Seminario Tecnico

Roma, 10 Novembre 2006

Centro di Preparazione Olimpica Acquacetosa “G. Onesti”, Aula 6

Programma

ore 10.45	Accredito dei Partecipanti
ore 11.00-11.30	Introduzione al Seminario Alberto Madella, <i>Consulente Scientifico Scuola dello Sport</i>
ore 11.30-12.15	Lo Stretching: • Aspetti neurofisiologici • Il caso delle sindromi miofasciali Claudio Gallozzi, <i>Istituto di Medicina e Scienza dello Sport, CONI Servizi</i>
Ore 12.15-13.00	Lo Stretching nel contesto dell'allenamento della flessibilità: efficacia, limiti e nuove esperienze Massimiliano Gollin, <i>Scuola Universitaria Interfacoltà in Scienze Motorie (SUISM), Torino</i>
ore 13.00-14.00	Colazione di lavoro
ore 14.00-14.45	Lo Stretching: Metodologie di allenamento specifico nella ginnastica ritmica Marina Piazza, <i>Direttrice Tecnica Nazionale Ginnastica Ritmica</i> Alessandra Di Cagno, <i>Tecnica Ginnastica Ritmica</i>
ore 14.45-15.30	La mobilità articolare negli sport di combattimento Pierluigi Aschieri, <i>Direttore Tecnico Nazionale Karate</i>
ore 15.30-17.00	Tavola Rotonda <i>con la partecipazione di Claudio Gallozzi, Massimiliano Gollin, Marina Piazza, Alessandra Di Cagno, Laurent Ottoz</i> Moderatori: Alberto Madella, <i>Scuola dello Sport</i> Mario Gulinelli, <i>Coordinatore Rivista SdS</i>
ore 17.00-17.30	Sintesi finale e Conclusione del Seminario